RENTRÉE ZEN

C'EST DÉCIDÉ, JE

INSCRIRE LES ENFANTS AU TAEKWONDO, **FONCER AU PRESSING** AVANT LE YOGA APRÈS LA MANUCURE, **PENSER AUX VACCINS** DE DROOPY ET AU DÎNER CHEZ LES DUPRÉ, TROUVER DEUX HEURES POUR MONTER LES ÉTAGÈRES... STOP ! POUR UNE **RENTRÉE SANS STRESS,** ON S'ALLÈGE LA VIE, ON PRATIQUE LE LÂCHER-PRISE ET ON SE FAIT AIDER. MODE D'EMPLOI EN 6 POINTS AVEC **L'AVIS D'EXPERTS.**

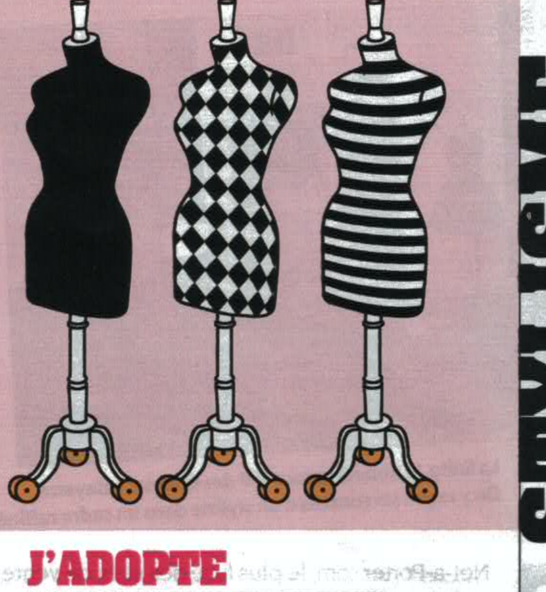
Par Morgane Miel, avec Sophie Carquain, Peggy Frey et Emmanuelle Richard



Longtemps, il y a eu le « petit miracle des femmes françaises ». Un taux d'activité parmi les plus élevés d'Europe. Et un taux de natalité écrasant tous les autres. Une exception culturelle. Pourtant, aujourd'hui, le mythe (tenace) de la working girl assurant sur tous les plans bat de l'aile. Au bord de la saturation, les femmes disent stop. Et lorgnent de plus en plus de l'autre côté de l'Atlantique, où leurs consœurs ont décidé depuis longtemps d'investir dans les services pour « busy mums » (voir l'enquête de notre correspondante p. 48). Les femmes d'affaires que nous avons rencontrées pour ce dossier l'affirment : toutes ont appris à déléguer leur vie personnelle. Elles ne font plus les courses, plus le dîner non plus. Ont même accepté de confier à d'autres le soin de gérer leurs papiers administratifs, ou encore de les habiller. Elles y ont gagné l'essentiel : plus de disponibilité pour les enfants. Plus de concentration, de réflexion, de créativité au travail. Et plus de temps pour s'occuper d'elles, aussi, dans un monde professionnel où leur image joue un rôle de plus en plus important. Comme l'affirme la coach Éléna Fourès (voir encadré p. 45) : impossible de créer son entreprise ou de gagner en responsabilités sans accepter de s'alléger. De quoi convaincre les dernières récalcitrantes... « Je est un autre. » Tout le monde y gagne, et surtout nous. Notre palmarès en six points des meilleurs services du moment, pour piocher des idées en fonction de ses envies et de son budget. **M.M.**

DÉLÈGUE !

STYLISME



J'ADOPTE UNE SILHOUETTE DE PRO

En vraie femme active, m'habiller le matin est devenu un job à plein-temps. Reprenons l'équation. Comment respecter les codes de ma fonction, montrer que je maîtrise ceux de la saison, et anticiper le matin mon dîner un peu habillé du soir? Réponse : en sous-traitant. En l'occurrence, je fais appel aux meilleurs services de stylisme privé. Avec une préférence pour La Suite, le nouvel espace VIP niché au 6e étage des Galeries Lafayette, véritable cocon avec vue sur les toits de Paris et une déco raffinée signée India Mahdavi. Pour 250 € par séance, une styliste me propose une sélection de vêtements sélectionnés selon ma morphologie, mes goûts et mon budget (je peux aussi faire un shopping Maje et Sandro), déterminés auparavant par téléphone. Idéal pour un gros shopping de rentrée. En cas d'urgence, j'opte pour le service Fashion Advisor de ▶

PHOTOS PAMELA HANSON/TRUNKARCHIVE.COM/PHOTOSENSO ET BRUNO DES GAYETS/NIKOJA. ILLUSTRATION GILLES BOOGAERTS

TÉMOIGNAGE — MALÈNE RYDHAL

Directrice de la communication du groupe Hyatt Hotels & Resorts (pour l'Europe, l'Afrique et le Moyen-Orient)

"Je fais faire mes retouches à domicile"

« Comme je voyage beaucoup, je m'organise. Je fais appel à Deelan du site retouches-couture.fr, qui vient faire toutes mes retouches à domicile. Pour gagner du temps j'ai aussi délégué mes cheveux à John Nollet. Je vais le voir tous les six mois, et ses coupes tiennent tellement bien que je n'ai plus besoin de Brushing le matin. J'ai aussi opté pour un abonnement G7 Club Affaires, qui me permet de ne pas avoir à tourner en voiture dans Paris. Un taxi vient me chercher partout : à la sortie du train, à l'aéroport... Enfin, j'ai souscrit au programme Parnasse, le club ultra-VIP d'Orange. En cas de problème avec mon portable ou Internet, ils interviennent immédiatement. »



La Suite, le nouvel espace VIP des Galeries Lafayette. On y reçoit les conseils d'un styliste dans un cadre raffiné.

STYLISME

Net-a-Porter.com, le plus luxe des sites de vente en ligne. Au téléphone et gratuitement, un styliste me propose des silhouettes personnalisées selon l'occasion : cocktail business, mariage..., et me guide aussi dans les boutiques permanentes du site. Mention spéciale pour les espaces Denim et Essentials, idéaux pour compléter mon stock de basiques incontournables. Enfin, je confie mon ado, qui grandit de partout, à Nathalie Blanchard. La fondatrice de Men and Style propose un nouveau service, Mon premier costume, juste fait pour lui. Fini le cauchemar de traîner dans les magasins un après-midi entier un jeune être récalcitrant : cette ancienne rédactrice de mode effectue elle-même une présélection. Et fixe ses rendez-vous au plus près de chez moi pour les essayages.

La Suite, Galeries Lafayette. Tél. : 01.42.82.83.88. 250 € la séance. Fashion Advisor, Net-a-Porter.com Tél. : 00.44.203.471.4510. Service gratuit. Men and Style. Tél. : 01.48.05.06.58. À partir de 260 € la séance.



TÉMOIGNAGE

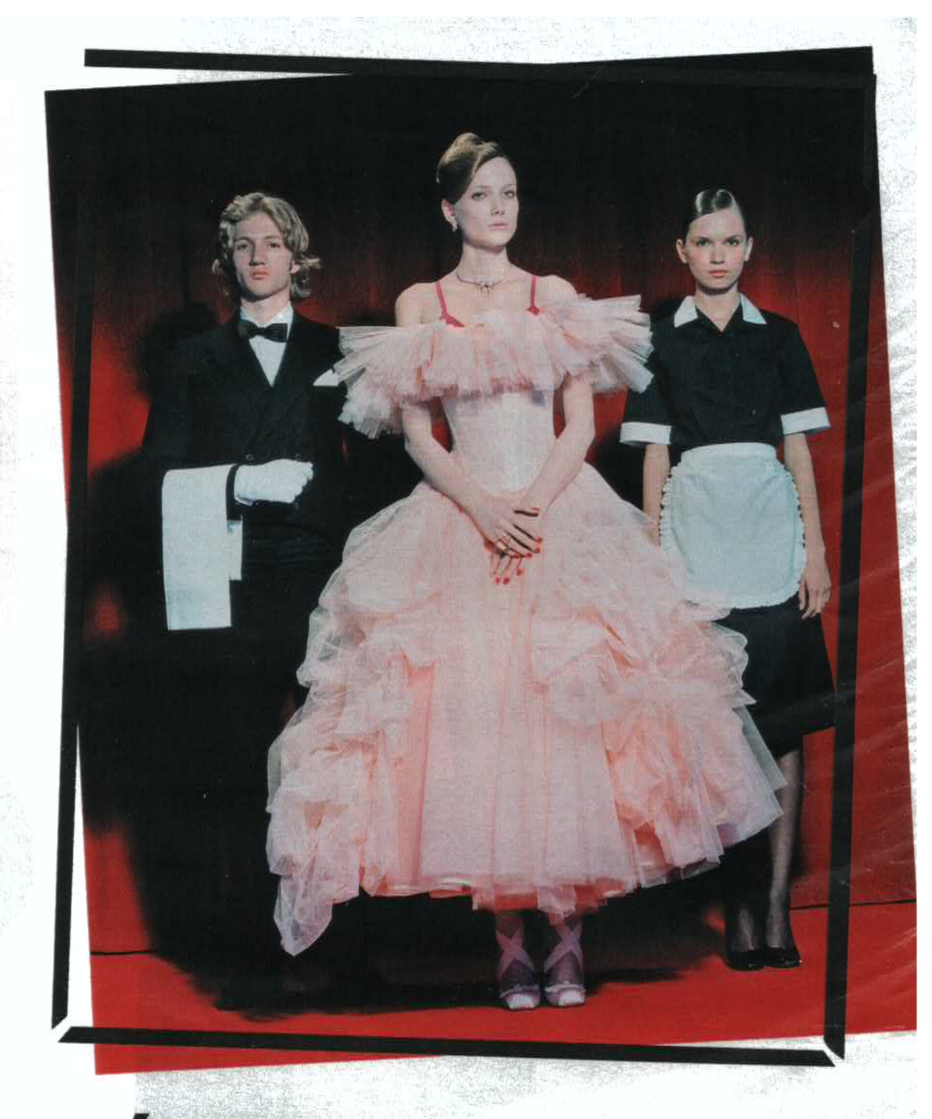
CHINE LANZMANN



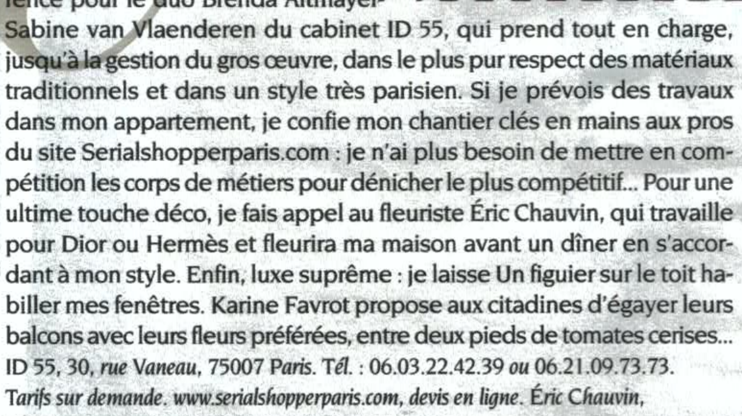
Coach, fondatrice du cabinet Womanimpact

"Gagner du temps grâce au Net"

« Avec mon métier, où je donne beaucoup aux autres, il est important pour moi de dégager des plages de temps vides pour récupérer de l'énergie. Grâce à Internet, je fais livrer toutes mes fournitures de bureau via le site Staples.fr. À la maison, j'ai pris un abonnement Amazon Premium : pour 50 € par an, quand je commande un livre pour les enfants, je le reçois le lendemain. Je commande même mon thé vert à distance sur monthevert.com, ou sur kusmitea.com. »



DÉCO



JE DIRIGE MES TRAVAUX LES YEUX FERMÉS

C'est un fait : une décoratrice contrariée sommeille en moi. Sans avoir le temps d'écumer artisans, Conran Shop et autres vide-greniers. Je fais donc appel à une décoratrice d'intérieur avec une préférence pour le duo Brenda Altmayer-Sabine van Vlaenderen du cabinet ID 55, qui prend tout en charge, jusqu'à la gestion du gros œuvre, dans le plus pur respect des matériaux traditionnels et dans un style très parisien. Si je prévois des travaux dans mon appartement, je confie mon chantier clés en mains aux pros du site Serialshopperparis.com : je n'ai plus besoin de mettre en compétition les corps de métiers pour dénicher le plus compétitif... Pour une ultime touche déco, je fais appel au fleuriste Éric Chauvin, qui travaille pour Dior ou Hermès et fleurira ma maison avant un dîner en s'accordant à mon style. Enfin, luxe suprême : je laisse Un figuier sur le toit habiller mes fenêtres. Karine Favrot propose aux citadines d'égayer leurs balcons avec leurs fleurs préférées, entre deux pieds de tomates cerises...

ID 55, 30, rue Vaneau, 75007 Paris. Tél. : 06.03.22.42.39 ou 06.21.09.73.73. Tarifs sur demande. www.serialshopperparis.com, devis en ligne. Éric Chauvin, 22, rue Jean-Nicot, 75007 Paris. Tél. : 01.45.50.43.54. www.unjourdefleurs.com Un figuier sur le toit, 13, rue Bleue, 75009 Paris. Tél. : 06.23.02.10.73.

BEAUTÉ

JE M'ABANDONNE AUX MAINS D'UNE COIFFEUSE STAR



Une demi-heure de Brushing chaque matin pour donner forme à ma maigre crinière. Une heure par semaine pour garder une manucure de New-Yorkaise impeccablement O.P.I-isée... et deux autres pour courir me déstresser au yoga, à l'autre bout de la ville. Stop ! Cette année, c'est décidé, je m'allège. Primo : j'opte pour un soin à la kératine chez Delphine Courteille, la coiffeuse star des défilés qui vient d'ouvrir le Studio 34. Le concept : renforcés, gainés, disciplinés, les cheveux gardent une tenue parfaite pendant des mois, même après un séchage express. Le plus : avant le premier rendez-vous, on me soumet un questionnaire pour décider quelle « hair artist » s'occupera de moi, en fonction de mon profil et... de mon budget. Deuxième étape : j'investis dans une manucure-pédicurie à domicile, avec la Rolls des esthéticiennes, Marcea Gomes. Marc Jacobs la réclame lors de chaque passage à Paris. Enfin, je craque pour un massage à la maison. Notre coup de cœur : Géraldine Lethenet, qui vient de s'installer près d'Aix-en-Provence et propose des massages ayurvédiques à tomber.



Studio 34, 34, rue du Mont-Thabor, 75001 Paris. Tél. : 01.47.03.35.35. Soin à la kératine à partir de 250 €. Marcea Gomes. Tél. : 06.10.68.90.00. 50 € la manucure à domicile, 80 € la beauté des pieds. Géraldine Lethenet. Tél. : 06.12.14.38.93. Massages à domicile à partir de 80 € (une heure).





Une marqueterie de marbre noir et blanc (à gauche), des céramiques et des lampes américaines des années 50 (à droite). Des décorations signées Pierre Yovanovitch, dont chacun peut s'inspirer pour faire réaliser l'intérieur de ses rêves...

PAROLE D'EXPERT

ÉLÉNA FOURÈS

Coach de dirigeantes*



"L'OBJECTIF N'EST PAS DE TOUT FAIRE PARFAITEMENT, MAIS D'AVANCER"

EST-CE INCONTOURNABLE AUJOURD'HUI POUR LES FEMMES DE DÉLÉGUER ?

Absolument. Mais on plonge là au cœur de leur contradiction. Elles culpabilisent de ne pas tout faire elles-mêmes. Alors qu'il est matériellement impossible pour elles de réussir à tout gérer : leurs vies professionnelle, familiale, associative, leur image, car aujourd'hui elles réussissent aussi par leur style qui doit être à la hauteur de leur fonction. Ajoutez donc le coiffeur, le sport, la manucure. Et les vingt-quatre heures de la vie d'une femme deviennent vite soixanrte-douze. Pour survivre, il faut accepter de manager sa vie personnelle comme ses équipes : de façon organisée.

D'OÙ VIENNENT NOS RÉTICENCES À FRANCHIR LE PAS ?

C'est un phénomène très français. Beaucoup de femmes refusent de déléguer car elles exigent la perfection et pensent être les seules à pouvoir l'atteindre. Mais parmi celles qui réussissent, beaucoup sous-traitent. Quand elles organisent un diner chez elles, tout vient de chez le traiteur. Ça tombe bien : on ne vient pas pour faire une expérience gastronomique, mais avant tout pour les voir. Déléguer, c'est accepter que notre plus-value soit ailleurs que dans les tâches du quotidien. Quand on crée une entreprise, par exemple, il est essentiel d'avoir du temps pour se poser, réfléchir. On ne peut pas être tout le temps en activité.

JUSTEMENT, CE TEMPS LIBRE, À QUOI SERT-IL ?

À discerner l'important et l'urgent, à s'occuper des enfants en bas âge, à discuter avec son ado s'il a un problème. C'est la clé de la réussite, dans tous les domaines. Stress et délégation sont intimement liés : si on est trop stressée, on n'accepte pas de déléguer. Et si on ne délègue pas, on stresse encore plus. Pour casser ce cercle infernal, il faut encore une fois se rappeler que l'objectif n'est pas de tout faire parfaitement, mais d'avancer ! PROPOS RECUEILLIS PAR M. M.

**Auteur de « Leadership au féminin » (éd. Progessor).*

LIFESTYLE





WEB SHOPPING

J'INVITE
UN CHEF À MA TABLE

Faire ses courses sur Internet, c'est bien. Mais un peu daté. En 2011, je franchis un pas de plus en complétant mes achats sur le Web par une commande hebdomadaire sur mon-marche.fr, pour éviter de passer mon samedi matin à courir les primeurs et autres poissonniers. Résultat : poissons, fruits et légumes, fromages ultra-frais sont livrés chez moi du jour au lendemain. Pour aller plus loin, je commande dès le dimanche soir sur lespetitescasseroles.com mes menus de la semaine. Ce service concocte des plats sains et mijotés comme à la maison. Enfin, si je reçois chez moi, je fais appel à www.chefadomicile.fr ou à Virginie Guitard du restaurant l'Art des Mets qui prépare les dîners chez les particuliers.

www.mon-marche.fr, commandes en ligne. www.lespetitescasseroles.com, à partir de 7,50 € par personne. www.chefadomicile.fr, 45 € par personne (pour une table de 8). www.virginieguitard.fr, à partir de 34 € par personne.

JE JOUE
LA FÉE DU LOGIS



Logistique ? Bientôt l'emploi même de ce terme me paraîtra moyenâgeux. Grâce à tous les nouveaux services de pressing du Net (sans-un-pli.com, pressing-at-home.com...) mon linge sale est enlevé à la maison et livré nettoyé en quarante-huit heures. Je me décharge aussi des tâches de bricolage grâce à Mieux vivre à domicile qui intervient autant que nécessaire pour un forfait de 40 € par mois. Enfin, pour éviter de me transformer en virago du foyer, garante enragée des échéances diverses et variées (courrier, factures, impôts, baby-sitter...), je fais appel à mon assistante personnelle choisie sur le site du même nom ou sur Officeo.

Mieux vivre à domicile. Tél. : 0.820.222.333. www.mvad.fr Votre Assistant Personnel, 4, rue Boissière, 75116 Paris. Tél. : 01.41.92.08.40. www.votreassistantpersonnel.com, à partir de 19 € de l'heure. Officeo, www.officeo.fr, à partir de 21 € de l'heure (après déduction fiscale).

PHOTOS GRAHAM SHEARER, ESTER HAASE, DH2/WENN.COM/SIPA ET D. R. ILLUSTRATIONS GILLES BOOGAERTS

PEOPLE ATTITUDE
P.A. POUR "PERSONAL ASSISTANT"



Shopping de star pour Rihanna, jamais sans son personal assistant...

Envie de vous simplifier la vie ? Prenez exemple sur les people. Leur truc ? S'offrir les services d'un « personal assistant ». Sa mission ? Gérer leur quotidien. Un jeu d'enfant... à première vue. Car le people s'en remet entièrement à son P.A. Dégoter une niche en acajou dernier cri pour son toutou, réserver des billets d'avion... le P.A. est sur tous les fronts ! Cette profession a vu le jour à Hollywood. Les acteurs ont commencé à les employer pour gérer leur emploi du temps professionnel, puis l'intégralité de leur vie privée. On l'appelle même « lifestyle manager »... Résultat, les associations et agences spécialisées dans ce business pullulent aux États-Unis. Le must ? L'ACPA, soit l'Association of Celebrity Personal Assistants basée à L.A. Parmi les inconditionnels du P.A. : Angelina et Brad, Victoria Beckham, les Cruise ou Sharon Stone. Le concept arrive en France sous la forme de services de conciergerie comme UUU, www.the-uuu.com, ou myconcierge.fr. En septembre, NRJ 12 diffusera « les Anges gardiens », un combat acharné entre quatre concurrents pour obtenir le titre de « personal assistant » de Jean-Claude van Damme. Avis aux amateurs... P. F.



TÉMOIGNAGE

SANDRA LEGRAND



P-dg de Canal CE

"Finis les Post-it et les to do lists"

« Quand j'ai commencé à me réveiller la nuit en me disant : "Tu n'as pas réservé ci, répondu à cela", à noircir chaque matin des Post-it avec des "to do lists", je me suis dit qu'il fallait que cela change. Depuis, je délègue... à peu près tout. Notamment le soutien scolaire via Acadomia. Ça tombe bien, les enfants n'avaient pas très envie de travailler avec moi, ni moi de me remettre à l'étude des parallélépipèdes le soir... Pour les cours de musique et de guitare rock de mon fils, je ne me déplace plus : je passe par Allegro Musique, les professeurs se déplacent à domicile. Le point positif : tous ces services sont déductibles à 50 % des impôts. Et moi, j'ai évité le burn out à 40 ans... »

Laurence Dreyfus, conseillère en art contemporain, visite en avant-première pour deux clients une exposition à Berlin.

ART GUIDE

J'INFILTRE LE MONDE DES ARTISTES

J'aimerais connaître les cinq expositions à voir cette semaine, ou me familiariser avec les artistes dont on parle ? Je fais appel à un « art concierge ». Celui du Royal Monceau remporte la palme du bouche-à-oreille et répond à toutes les demandes : privatiser le château de Versailles ou une expo du Centre Pompidou, découvrir le street art à Ménilmontant, négocier le prix d'une œuvre, rencontrer les artistes... On aime aussi Marie Thévenin, fondatrice du Studio 22 à Paris, une chambre d'hôtes arty en plein Marais. Le temps d'un après-midi, elle me prépare un parcours dans les rues de la capitale, agrémenté d'un déjeuner et d'un dîner dans les lieux du moment et surtout de visites d'ateliers. Enfin, comme les grands collectionneurs d'art contemporain, je m'offre les services d'une vraie « art advisor ». Laurence Dreyfus organise pour ses clients des week-ends cousus main à Londres, Berlin ou New York avec une plongée dans les galeries les plus pointues, les ateliers d'artistes. Le plus : Laurence m'accompagne si je le souhaite lors des grandes foires – Fiac, Bâle... Et si je décide d'investir, elle sait où trouver la bonne pièce de Louise Bourgeois ou de Richard Serra.

Art concierge du Royal Monceau. Tél. : 01.42.99.88.00. Et sur le blog www.artforbreakfast.com, tarifs sur demande. Le Studio 22. Tél. : 06.60.13.98.20, 350 € l'après-midi. Laurence Dreyfus. Tél. : 01.45.62.21.52. Et sur www.laurencedreyfus.com, 2 000 € la journée d'accompagnement à une foire, et à partir de 1 500 € pour une demande de recherche spécifique. Et aussi, visites privées avec Artprocess. Tél. : 01.47.00.90.85. www.art-process.com

EN DIRECT DES ÉTATS-UNIS...

HELP, "BUSY MOMS" !

Dans un pays connu pour sa culture du « service personnalisé, » de nouvelles start-up germent tous les jours pour faciliter le quotidien des « busy moms ». Palmarès des services gagnants.

SHOPPING VIRTUEL Les camions colorés de Peapod à Washington ou de FreshDirect à New York font désormais partie du tissu urbain tant il est devenu courant de faire ses courses sur le Net et de se faire livrer. Dans les grandes villes américaines, de plus en plus d'immeubles s'équipent d'une pièce froide communale pour entreposer les livraisons déposées en l'absence des résidents. D'autres supermarchés permettent de commander en ligne et de récupérer les sacs tout prêts à la fenêtre du drive-in.



J'AI BESOIN D'UNE FEMME ! C'est le constat d'Américains qui rêvent secrètement d'une épouse dévouée et souriante sortie d'une série télé des années 50. Il existe des agences comme June Homemaking Services : à partir de 25 $ de l'heure (18 €), Juliann Mathews prépare des cookies, repasse, range, organise la fête d'anniversaire du petit dernier et promène le chien.

UN MARI, TOUT DE SUITE ! Lancée à Portland dans le Maine en 1996, la chaine Rent-a-Husband («Louez un mari») fournit des hommes doués pour le bricolage et des réparations à la maison. À San Francisco, un Français cartonne avec CarShowing.com, pour aider les femmes à vendre leur voiture d'occasion.

CONCIERGE D'HÔTEL À DOMICILE. Autrefois réservés aux VIP, les services de concierge se démocratisent, comme Bryant Concierge à Miami, qui facture 28 $ de l'heure (20 €) pour des tâches très variées : faire la queue à la pharmacie, remplir les dossiers d'inscription aux écoles...

PAR EMMANUELLE RICHARD, À WASHINGTON

TÉMOIGNAGE

ISABELLE DUBERN

Fondatrice de 10 Vendôme

"Je recherche en priorité des services ultra-pointus"

« Pour gagner du temps, je centralise tout à la maison : manucure, massages, cours de Pilates. Quand je veux réserver un restaurant toujours complet ou trouver une place de spectacle très demandé, je passe par Le Bureau du Concierge, qui me trouve l'introuvable. J'ai une excellente agence de voyages, Tselana, qui gère tous mes voyages pros et persos, visas compris, en comprenant exactement mes besoins. J'adore aussi l'agence Home Abroad, qui prépare des séjours à l'étranger ultra-pointus pour les enfants et les ados. Enfin, je conseille Energy Academy, un service qui vient chercher les enfants à domicile et les ramène après un après-midi de tennis, de foot ou de golf..., mercredi, samedi, dimanche et pendant les vacances scolaires. » ■

PHOTOS LAURENT MONLAU, RIZZOLI ET D. R. ILLUSTRATION GILLES BOOGAERTS